

# ЗДОРОВЬЕОРИЕНТИРОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА ВУЗА (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ БЕЛГОРОДСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО НАЦИОНАЛЬНОГО ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОГО УНИВЕРСИТЕТА)

Ирхин В.Н., Никулина Т.В., Никулин И.Н.

## HEALTH - ORIENTED EDUCATIONAL SYSTEM OF THE UNIVERSITY (FROM THE EXPERIENCE OF THE BELGOROD STATE NATIONAL RESEARCH UNIVERSITY)

Irhin V.N., Nikulina T.V., Nikulin I.N.

**Аннотация.** Статья посвящена проблеме воспитания здорового специалиста в условиях образовательного процесса вуза. Представлены современные подходы к проблеме обеспечения здоровья студентов вуза в педагогической теории и практике.

**Abstract.** The article is devoted to the problem of training a healthy specialist in the conditions of educational process of the University. Modern approaches to the problem of ensuring of students' health in pedagogical theory and practice are presented.

**Ключевые слова:** здоровьесбережение, здоровьесберегающие технологии, здоровьесберегающая образовательная система университета.

**Keywords:** health care, health saving technologies, health-oriented educational system of the University.

Показатель уровня здоровья - один из важных критериев гармоничного развития общества. Поэтому одним из приоритетных направлений развития Белгородского государственного национального исследовательского университета является реализация целевой программы «Развитие здоровьесберегающей образовательной системы НИУ «БелГУ».

Данная программа разработана на основе концепции развития здоровьесберегающей педагогической системы вуза [1]. Основу качественного анализа концепции развития здоровьесберегающей педагогической системы вуза составляет закономерность этапного её развития, что позволило выделить такие критерии оценки, как зрелость, результативность педагогической системы, подготовленность руководителей и педагогов к работе по обеспечению здоровья студентов, удовлетворённость участников педагогического процесса деятельностью по сохранению, укреплению и формированию здоровья юношей и девушек.

Ведущими методологическими подходами целевой программы «Развитие здоровьесберегающей образовательной системы НИУ являются системный и валеологический, а методологическими ориентирами – принципы сохранения, укрепления, формирования здоровья [1]. Программа построена на применении кластерного подхода, что предполагает объединение различных структур для достижения цели. В рамках реализации целевой программы «Развитие здоровьесберегающей образовательной системы НИУ «БелГУ».

выполнен огромный комплекс мероприятий, направленный на улучшение физического и психологического самочувствия студентов и преподавателей университета. Созданная здоровьеориентированная образовательная система университета, объединяющая медицинскую и педагогическую составляющие, в настоящее время интегрирует в направления здоровьеориентированной деятельности (педагогическое, медикофизиологическое, психологическое и управленческое) и существенно повышает качество образовательного процесса. Здоровьесбережение – это приоритет сегодняшнего и завтрашнего дня университета, стиль его жизни, ее качественная характеристика [1,2,3].

Сегодня в здоровьесберегающей инфраструктуре НИУ «БелГУ», успешно развиваются: Поликлиника НИУ «БелГУ», центр хрономедицины, лаборатория молекулярной генетики человека, учебно-спортивный комплекс С. Хоркиной, конно-спортивная школа, оздоровительный лагерь в с. Титовка с прилегающим к нему природным ландшафтным парком «Нежеголь»,

Целевая программа «Развитие здоровьеориентированной образовательной системы НИУ «БелГУ» предполагает обязательный ежегодный медицинский осмотр коллектива университета. Студент первокурсник проходит диспансеризацию в Поликлинике НИУ «БелГУ», где устанавливается его группа здоровья. На основании полученных во время осмотра данных заполняется индивидуальная карта здоровья.

По результатам обследования первокурсников в НИУ «БелГУ» в 2014 году мы можем сделать следующие выводы:

- 60 % студентов 1 курса имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья;

- наиболее распространенные патологии: заболевание органов зрения, костно-мышечной системы, сердечно-сосудистой системы.

Учитывая то, какая патология у студента является доминирующей, ему предлагают конкретную реабилитационную программу для повышения уровня соматического здоровья. В дальнейшем оздоровительно-профилактические мероприятия организуются и проводятся в учебно-спортивном центре НИУ «БелГУ» Светланы Хоркиной, в природном парке «Нежеголь», в спортивно-оздоровительном комплексе на Черноморском побережья Кавказа. Таким образом, реализуются основные принципы здоровьесбережения – доступность, непрерывность, качественность.

В учебно-спортивном комплексе С.Хоркиной для студентов, преподавателей и сотрудников проводятся мероприятия по внедрению эффективных физкультурно-оздоровительных технологий. Это технологии: профилактики нарушений в состоянии сердечно-сосудистой системы; профилактики нарушений в состоянии дыхательной системы; профилактики нарушений в опорно-двигательном аппарате; профилактики и снижения избыточной массы тела и другие. Кроме того, преподаватели, сотрудники и

студенты могут посещать бассейн, пользоваться услугами спортивных залов.

На территории лечебно-оздоровительного комплекса природного парка «Нежеголь» организуются Дни здоровья, которые охватывают весь коллектив университета. Дни здоровья полезны для физического развития, психологической разгрузки, они помогают сплотить коллектив. Это обязательная часть корпоративной культуры университета и один из элементов программы Здоровьесбережения.

По результатам диспансеризации в НИУ «БелГУ» профессорско-преподавательскому персоналу даются рекомендации по индивидуализации процесса обучения и воспитания студентов с нарушением здоровья. Кроме этого, в учебный процесс внедрены обязательные требования по проведению физкультурных минуток в перерывах между занятиями. Гимнастика для глаз проводится со студентами во время занятий (специальный обучающий фильм размещен на сайте университета). Выделено время для льготного посещения студентов и преподавателей университета бассейна и спортивных залов Учебно-спортивного комплекса С. Хоркиной, спортивного комплекса «Буревестник» НИУ «БелГУ». Тренажерные залы, расположенные в общежитиях университета, студенты, проживающие в общежитиях, посещают бесплатно.

Для проведения практических занятий по физической культуре, по результатам медосмотра, студенты распределяются по учебным отделениям (основное и специальное). В основное отделение зачисляются студенты, отнесенные к основной и подготовительной медицинским группам. Численный состав учебных групп 12-15 человек. В специальное учебное отделение зачисляются студенты, отнесенные по данным медицинского обследования в специальную медицинскую группу. Численный состав групп: 8-10 человек.

Университет реализует пилотный проект «Совершенствование образовательного процесса по физической культуре в вузе на основе выбора видов спортивно-оздоровительной деятельности». Пилотный проект состоит из двух частей. Первая часть предполагает проведение из 360 часов учебных практических занятий по физической культуре (предусмотренных ФГОСом), 180 обязательных часов (базовая часть) и 180 (вариативная часть, т.е. по выбору студентов) с учетом индивидуальных предпочтений студентов. Студентам предложены виды, пользующиеся повышенной популярностью в университете: волейбол, баскетбол, мини-футбол, настольный теннис, аэробика, атлетизм и силовые виды спорта, плавание, единоборства, стрельба, черлидинг, многоборье ГТО, корригирующая гимнастика для специальной медицинской группы. В основу содержания вариативной части практических занятий по физической культуре поставлена тренировочная направленность. Вторая часть пилотного проекта реализуется на трех факультетах. Учебные занятия по физкультуре проводятся, начиная с первого курса, не в учебных группах, а в спортивных, в которые включены студенты

разных учебных групп и факультетов. Спортивная группа включает в себя студентов одного курса разных факультетов и направлений подготовки, выбравших один и тот же вид спорта. Такое построение учебного процесса способствует повышению мотивации студентов к занятиям физической культурой, укреплению уровня здоровья, физического развития и физической подготовленности студентов, повышению мастерства студентов в избранном виде спорта, формированию спортивного резерва для сборных команд НИУ БелГУ.

Студенты, освобожденные по состоянию здоровья от практических занятий на длительный срок, зачисляются в специальное учебное отделение для освоения доступных им разделов учебной программы. Практический учебный материал для специального учебного отделения разрабатывается кафедрой физического воспитания с учетом показаний и противопоказаний для каждого студента. Учебный материал имеет корректирующую и оздоровительно-профилактическую направленность. При его реализации применяется индивидуально-дифференцированный подход в зависимости от уровня функциональной и физической подготовленности, характера и выраженности структурных и функциональных нарушений в организме, вызванных временными или постоянными патологическими факторами.

Наиболее перспективный путь решения данной проблемы мы видим в поиске эффективных средств повышения двигательной активности студентов специальной медицинской группы (СМГ), обеспечивающих максимально выгодное использование учебного и свободного времени студентов в целях оздоровления, а также способствующих привитию им интереса к активной физкультурной деятельности. В связи с этим в образовательное пространство вуза внедряются научно-обоснованные способы регулирования двигательной активности студентов, в том числе с использованием современных средств оздоровительной физической культуры адресной нозологической направленности.

Изучение здоровьесориентированных воспитательных систем кураторов НИУ «БелГУ» позволило выделить приоритетные направления в деятельности по обеспечению здоровья студентов:

- приобщение студентов к ценностям здорового образа жизни во внеучебной работе. Интересные, содержательные коллективные творческие дела и кураторские часы дают возможность каждому студенту получить дополнительные знания по проблеме здоровья и здорового образа жизни, способствуют выработке активной жизненной позиции. Познавательные, спортивные, художественные, общественно-полезные и другие дела, здоровьесориентированной направленности, гармонично развивают юношей и девушек, формируют их духовно и нравственно;
- традиция регулярных встреч студентов с интересными людьми, с чемпионами и призерами олимпийских игр, чемпионатов мира и Европы, с приверженцами здорового образа жизни. Участвуя в мастер-классах, студенты знакомятся со здоровьесохраняющими техниками;

- создание благоприятного психологического климата в группе;
- налаживание быта и поддержание режимных требований в общежитии;
- организация здорового досуга студентов, проведение вечеров отдыха, культпоходов, экскурсий, тематических выставок и других мероприятий способствуют эстетическому, этическому, нравственному развитию студентов, являются действенной формой профилактики «духовного обнищания» молодежи;
- проведение Дней здоровья, спортивных соревнований, вовлечение студентов в спортивные секции, в клубы и фитнес-центры, и другие формы занятий физической культурой;

Для повышения эффективности работы по физической культуре в НИУ «БелГУ», развития физкультурно-оздоровительной и спортивной инфраструктуры, создан Совет НИУ «БелГУ» по развитию физкультуры и спорта. Накопленный нами опыт был по достоинству оценён Министерством образования и науки Российской Федерации. По результатам Всероссийского конкурса, НИУ «БелГУ» занял I место в номинации «За лучшую организацию физкультурно-спортивной работы среди студентов в 2012/2013 учебном году. Ежегодно для студентов, профессорско-преподавательского состава и сотрудников вуза проводится Спартакиада, включающая такие виды, как волейбол, баскетбол, шахматы, мини-футбол, плавание, лёгкую атлетику.

Главная цель Спартакиады состоит во включении как можно больше его количества ППС в спортивные соревнования. За годы проведения мероприятий число участников постоянно растет. Критериями оценки «Развитие здоровьеориентированной образовательной системы НИУ «БелГУ» выступают результативность деятельности и удовлетворенность участников педагогического процесса.

В Белгородском государственном национальном исследовательском университете постоянно проводится анкетирование студентов об отношении к факторам, определяющим здоровый образ жизни. В процессе распределения по приоритету факторов, определяющих здоровый образ жизни, в порядке убывания, студенты на первое место поставили регулярное занятие спортом (40,0%), затем отсутствие вредных привычек (35,4%), организация правильного питания (24,3%), систематическое выполнение физических упражнений (23,54%), соблюдение распорядка дня (12,6%), периодическое прохождение медицинских осмотров (10,8%), а 3,04% затруднились с ответом. При этом лишь половина опрошенных считает, что они ведут в основном здоровый образ жизни (53,1%), а 10,6% квалифицировали его как «безусловно здоровый». Отрицательно на данный вопрос ответили 28,4% (в «основном нет» - 21,3% и «безусловно нет» - 7,1%).

Согласно анкетного опроса, за последние три года организация досуга студентов с пользой для здоровья возросла с 18% до 48%; отношение к здоровью как ценности – с 17% до 51%; мотивация к соблюдению режима дня – с 19% до 53%; мотивация к занятию спортом – с 23% до 49%.

Изменилось место здоровья в системе жизненных ценностей студентов. Так, если ранее у 72% студентов здоровье занимало лишь девятое место, то сейчас 89% студентов считают здоровье первостепенной жизненной ценностью.

Реализация Целевой программы позволила только за один год: на 12% повысить показатели уровня знаний студентов, на 17% уменьшить долю студентов с низким резервом здоровья.

Университетский опыт инвестиций в здоровьесберегающие технологии показал, что значительные материальные затраты оправданы высокосоциальной эффективностью мероприятий. Когда здоровы студенты, можно говорить о полноценной, результативной учебе; когда бодры духом и инициативны преподаватели, их слова и дела всегда вызовут в аудитории живой отклик; когда полны сил ученые, они способны открывать новые горизонты науки.

#### **Литература**

1. Ирхин В.Н. Концепция развития здоровьесберегающей педагогической системы вуза: монография / В.Н. Ирхин. - Белгород: Изд-во БелГУ, 2006. – 128 с.;
2. Ирхин В.Н. Концептуальные положения здоровьесберегающей подготовки специалистов / В.Н. Ирхин, Н.И. Жернакова // Высшее образование в России. - № 7. – 2008. - С. 88-93.
5. Ирхина И.В. Воспитательная система куратора студенческой группы как объект системного анализа / И. В. Ирхина, Т.В. Никулина // Славянская педагогическая культура. - № 5. – 2006. – С. 72-75.

### **ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ**

**Колесникова А.Н., Щербакова И.А.**

#### **INNOVATIVE APPROACHES ON THE ORGANIZATION OF HEALTH SAVING ENVIRONMENT IN ELEMENTARY SCHOOL**

**Kolesnikova A.N., Shcherbakova I.A.**

**Аннотация.** Проблемы здоровья современных детей и подростков нуждаются в пристальном внимании не только медицинских работников, но и педагогов, родителей, общественности. Особое внимание и ответственность в этом оздоровительном процессе отводится образовательной системе.

**Abstract.** Problems of modern children's health need careful attention of not only health workers, but also teachers, parents and society. In this improving process special attention and responsibility is devoted to educational system.

**Ключевые слова:** Здоровьесберегающие технологии, современный педагог, правильная организация учебной и внеучебной деятельности.

**Keywords:** Health saving technologies, the modern teacher, organization of educational and extra-curricular activities

Здоровье - одна из важных составляющих жизни человека, которая формируется, начиная с самого рождения. Если бы людей судили за преступление к собственному здоровью, многие получили бы высшую меру. На сегодняшний день тема "сохранение здоровья" – очень важная и